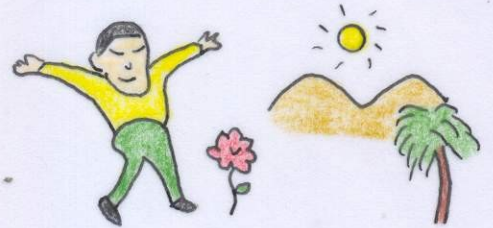


心臟病人之生活照顧

李應紹博士

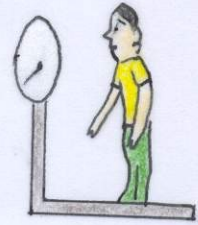
高血壓

- 禁煙
- 限鹽限卡路里飲食，保持標準體重
- 規律生活方式
- 保持排便暢通習慣
- 保持精神上平靜
- 適當運動
- 避免溫度變化
- 充足睡眠
- 平時量血壓脈博，按時服藥，按時復診
- 觀察有無症狀



缺血性心臟病

- 禁煙
- 限鹽限卡路里限脂肪飲食，保持標準體重
- 酒、咖啡、濃茶等刺激物需適量
- 規律生活方式
- 適當運動
- 調整排便習慣
- 避免溫度變化
- 充足睡眠
- 平時量血壓脈博，按時服藥，按時復診
- 隨身攜帶 nitroglycerin 舌下錠
- 胸痛發作時 --> 保持安靜 --> 服用 nitroglycerin 舌下錠 --> 如無改善馬上就醫
- 除去誘發(如精神性興奮，溫度差)及危險因素(如抽煙，肥胖)
- 觀察有無症狀



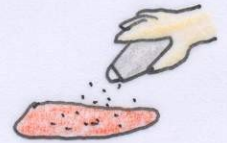
心臟衰竭

- 限鹽限卡路里飲食，保持標準體重
- 規律生活方式
- 適當運動
- 充足睡眠
- 避免溫度變化
- 平時量血壓脈博，按時服藥，按時復診
- 觀察有無心臟衰竭症狀如：體重增加，食慾不振，氣喘，下肢腹部水腫，持續性咳嗽，夜間頻尿，尿量減少，失眠等



心律不整

- 飲食控制，規律生活方式，適當運動，充足睡眠
- 平時量血壓脈博，按時服藥，按時復診
- 除去誘發及危險因素
- 觀察有無症狀



心瓣膜病

- 避免過勞，劇烈運動，精神壓力
- 平時量血壓脈博，按時服藥，按時復診
- 預防心臟衰竭(如心臟衰竭的照顧)
- 預防感染(接受手術前必須告知醫師)
- 觀察有無症狀

